



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی شاهرود

دانشکده پرستاری و مامایی

دفترچه ثبت فعالیت

Student Log Book

**کارآموزی پرستاری سلامت جامعه/فرد و
خانواده/محیط**



تهیه و تنظیم: گروه بهداشت جامعه دانشکده پرستاری و مامایی

نیمسال اول سال تحصیلی ۹۶-۹۵

مقدمه:

ضمن آرزوی موفقیت طی دوره کارآموزی پرستاری سلامت جامعه/فرد و خانواده/محیط امید است بتوانید در جهت حفظ و ارتقاء سلامت بیمار و خانواده و ارتقاء توانمندی علمی - عملی خود کوشا باشید. هدف از تهیه این دفترچه، ثبت کلیه فعالیت های آموزشی شما طی کارآموزی در این واحد است. این امر به شناسایی نقاط ضعف و قوت آموزش کمک خواهد نمود. لطفاً کلیه فعالیت های آموزشی خود را طی دوره کارآموزی در این دفترچه ثبت نمایید. تایید فعالیت ها با امضای مربی آموزشی صورت خواهد گرفت. دفترچه خود را در انتهای آخرین روز دوره به مربی تحویل دهی. ارزشیابی شما بر اساس این دفترچه انجام می شود. از این رو در حفظ آن کوشا باشید و آن را در تمام دوره با خود نگه دارید. دفترچه پس از تایید مربی آموزشی به گروه پرستاری بهداشت جامعه ارسال خواهد شد و در پرونده آموزشی شما بایگاری خواهد شد.

هدف کلی از دوره: کمک به کسب توانایی و مهارت های عملی در دانشجویان مبتنی بر مفاهیم آموخته شده پرستاری جهت ارائه خدمات بهداشتی به منظور ارتقا سلامتی و پیشگیری از بیماریها

نحوه ارزشیابی: ارزشیابی شما در سه بخش مختلف شامل کارآموزی در مرکز بهداشتی درمانی شهری، آموزش به بیمار در بیمارستان و بهداشت محیط بیمارستان انجام می شود در بخش مراکز بهداشتی درمانی شهری و بهداشت محیط بیمارستان بر اساس رعایت قوانین و مقررات آموزشی و اخلاق حرفه ای و بر اساس چک لیست هلی مربوطه و در بخش آموزش به بیمار، ارائه یک بسته کامل آموزشی برای بیمار، ارائه آموزش به بیمار در بالین وی همراه با بهترین شیوه آموزشی همراه با ارائه بروشور آموزشی (تایید شده) می باشد. در صورت لزوم مکتوبات به دفترچه پیوست گردد

قوانین و مقررات آموزشی

- ✓ ساعت کارروزی در بخش از ساعت ۷/۳۰ الی ۱۳/۴۵ می باشد.
- ✓ استفاده از یونیفرم مطابق مقررات دانشکده (استفاده از آتیکت، روپوش سفید، شلوار، مقنعه و کفش سرمه ای واکس خور برای خانمها و روپوش سفید، شلوار سرمه ای و کفش سرمه ای واکس خور برای آقایان) ضروری می باشد
- ✓ در زمینه کوتاه نگه داشتن ناخن و عدم استفاده از زیور آلات متعاقب قوانین و مقررات دانشکده عمل نظمی
- ✓ در برخورد با بیماران، همراهان آنها، همکاران، کادر آموزشی-درمانی رعایت اصول اخلاقی و شئونات اسلامی را نماید
- ✓ رعایت اصول اخلاقی و احترام حرفه ای نسبت به سر پرستار مربی، پرسنل و سایر دانشجویان و بیماران را داشته باشند
- ✓ خروج از بخش یا محیط کارآموزی تحت عنوانی مانند پیگیری امور اداری، شرکت در جلسه و... غیبت محسوب می گردد
- ✓ دوره کارآموزی پرستاری سلامت جامعه/فرد و خانواده/محیط به میزان ۲ واحد می باشد. این دفترچه به میزان ۲ واحد (مطابق با ۱۴ روز) از این درس را شامل می شود که دانشجو ۱ واحد را در مرکز بهداشتی درمانی شهری (۶ روز) و ۱ واحد را در بیمارستان امام حسین(ع) در بخش های مختلف (۶ روز) و ۳/۰ واحد را در بخش بهداشت محیط بیمارستان (۲ روز) می گذراند.
- ✓ حضور دانشجو در تمامی جلسات کارآموزی الزامی است و ساعات غیبت دانشجو در این دروس از ۱/۰ مجموع ساعات آن درس، نباید تجاوز نماید
- ✓ اختصاص بخشی از ساعات کارروزی به استفاده از کتابخانه و اینترنت در ارتباط با موضوع بلغظ مربی مربوطه امکان پذیر است
- ✓ رعایت قوانین و مقررات آموزشی در بخش ارائه تکالیف یادگیری، شرکت در بحث گروهی، ارائه مراقبت ها و مشارکت فعال در یادگیری و یادگیری خود راهبر، از مواردی هستند که در ارزشیابی لحاظ می شود
- ✓ کلیه تکالیف خود را به همراه لاگ بوک، در پایان دوره به مربی بالینی خود تحویل دهی.

نکاتی که می بایست به آن دقت شود:

- تمامی تجربیات عملی و علمی خود در لاگ بوک ثبت نمایید (و یا پیوست شود).
- لاگ بوک را در تمامی اوقات را به همراه داشته باشید تا در موقع لزوم نسبت به ثبت اطلاعات در آن اقدام شود، به این ترتیب از ثبت اطلاعات از طریق رجوع به حافظه که با خطا توأم می باشد، پیشگیری خواهد شد.
- بهتر است در پایان هر فعالیت زمان کوتاهی در همان محل انجام فعالیت به تکمیل تخصیص داده شود، تا اطلاعات مورد نیاز به سهولت در دسترس باشد.
- گروه آموزشی مجاز است در هر زمان که تشخیص دهد لاگ بوک جهت بررسی یا نسخه برداری در اختیار بگیرد.
- محل برگزاری دوره: مراکز بهداشتی درمانی شهری و بخش های مختلف مرکز آموزشی درمانی امام حسین (ع) می باشد.

مشخصات کارآموز

لطفا مشخصات خود را در این قسمت بنویسید

شماره دانشجویی:

نام و نام خانوادگی:

سال ورود:

ترم تحصیلی:

جدول ۱: وقت شناسی در مراکز بهداشتی درمانی شهری (ورود و خروج - رعایت ساعت استراحت و ...)

امضاء مربی	نیاز به اصلاح و پیگیری ۰/۲۵	متوسط ۰/۵	خوب ۰/۷۵	خیلی خوب ۱	کیفیت	ردیف
					تاریخ	
						۱
						۲
						۳
						۴
						۵
						۶

جدول ۲: وقت شناسی در بیمارستان امام حسین(ع)-بهداشت محیط(ورود و خروج - رعایت ساعت استراحت و...)

امضاء مربی	نیاز به اصلاح و پیگیری ۰/۲۵	متوسط ۰/۵	خوب ۰/۷۵	خیلی خوب ۱	کیفیت / تاریخ	ردیف
						۱
						۲
						۳
						۴
						۵
						۶
						۷
						۸

جدول ۳: فعالیت های کارآموزی در مراکز بهداشتی درمانی شهری

کیفیت	نحوه ی انجام کار				فعالیت های کارآموزی
	تأیید مربی+ کیفیت کار	رخ نداد	مشاهده	کمک	
					۱- کنترل و ثبت دمای یخچال نگهداری واکسن سه بار در روز
					۲- رعایت اصول زنجیره سرما
					۳- برقراری ارتباط مطلوب با مادر و کودک
					۴- کنترل کارت واکسن کودک به منظور مراجعه بموقع و ثبت تاریخ تلقیح واکسن و مراجعه بعدی
					۵- کنترل کارت واکسن جهت تعیین نوع واکسن
					۶- بررسی سلامت کودک قبل از انجام واکسیناسیون
					۷- کنترل واکسن مورد نظر از نظر نام، تاریخ مصرف و رنگ
					۸- شستن دستها قبل از انجام واکسیناسیون
					۹- آماده سازی واکسن جهت تزریق
					۱۰- قرار دادن کودک در وضعیت مناسب در طول واکسیناسیون
					۱۱- دادن قطره خوراکی فلج اطفال به روش صحیح
					۱۲- انتخاب با دقت و صحیح محل تزریق واکسن ها

کیفیت	نحوه ی انجام کار				فعالیت های کارآموزی	
	ناید مربی + کیفیت کار	رخ نداد	مشاهده	کمک		
					۱۳-ایمنسازی زنان باردار و کودکان زیر ۷ سال با توجه به سابقه واکسیناسیون آنها	واکسیناسیون
					۱۴-آموزش عوارض احتمالی و مراقبتهای لازم بعد از واکسیناسیون	
					۱۵-ثبت واکسن های تزریق شده در کارت واکسن	
					۱-برقراری ارتباط با مادر و کودک	مراقبت از کودکان زیر ۸ سال
					۲-بررسی کارت و فرمهای مراقبتهای کودک در پرونده خانوار	
					۳-گذاشتن فرمهای مورد نیاز در پرونده خانوار در صورت مراجعه اول کودک	
					۴-اندازه گیری صحیح وزن کودکان زیر ۸ سال	
					۵-اندازه گیری صحیح قد کودکان زیر ۸ سال	
					۶-اندازه گیری صحیح دور سر کودکان زیر ۲ سال	
					۷-ثبت صحیح نمودار وزن، قد و دور سر در کارت مراقبت و پرونده خانوار	
					۸-بررسی و تفسیر نمودار وزن، قد و دورسر برای مادر	
					۹-بررسی سیر تکامل کودک با توجه به سن وی	

کیفیت	نحوه ی انجام کار				فعالیت های کارآموزی	مراقبت از کودکان زیر ۸ سال
	ناید مربی + کیفیت کار	رخ نداد	مشاهده	کمک		
					۱۰-آموزش نحوه ی تغذیه کمکی به مادر	
					۱۱-آموزش نحوه ی مصرف مکمل ویتامین و آهن به مادر	
					۱۲-تشخیص کودکان دچار کندی رشد، توقف رشد و کاهش رشد	
					۱۳-بررسی وضعیت تغذیه کودک	
					۱۴-آموزش اقدامات لازم برای پیشگیری از حوادث با توجه به سن کودک	
					۱۵-ارائه آموزشهای لازم در زمینه ترویج تغذیه با شیر مادر	
					۱۶-آموزش مراقبتهای دهان و دندان با توجه به سن کودک	
					۱۷-آموزش نحوه ی شیردهی	
					۱۸-ارائه آموزشهای لازم به مادر در صورت مشکلات پستانی	
					۱۹-آموزش صحیح دوشیدن و ذخیره سازی شیر مادر	
					۲۰-اعلام و ثبت نوبت مراجعه بعدی در کارت	

کیفیت	نحوه ی انجام کار				فعالیت های کارآموزی	مراقبت های دوران بارداری
	رخ نداد	مشاهده	کمک	مستقل		
نابید مربی + کیفیت کار					۱- برقراری ارتباط مطلوب با مادر باردار	
					۲- معرفی و ارجاع مادر باردار برای انجام آزمایشات روتین	
					۳- محاسبه تاریخ احتمالی زایمان مادر باردار	
					۴- تکمیل فرم مراقبت از مادر باردار در اولین مراجعه	
					۵- اندازه گیری صحیح قد، وزن و فشارخون مادر باردار	
					۶- تعیین شاخص توده بدنی مادر باردار	
					۷- محاسبه سن حاملگی در هر بار مراجعه مادر باردار	
					۸- آموزش نحوه ی مصرف قرص آهن و اسیدفولیک در بارداری	
					۹- ارجاع مادر باردار جهت تزریق واکسن در صورت لزوم	
					۱۰- آموزش نحوه ی برطرف کردن مشکلات شایع در دوران بارداری	
					۱۱- شنیدن صدای قلب جنین	
					۱۲- تعیین مراقبت های پس از زایمان	

کیفیت	نحوه ی انجام کار				فعالیت های کارآموزی	
	ناید مربی + کیفیت کار	رخ نداد	مشاهده	کمک		
					۱۳-آموزش به مادر در مورد واکسن های بدو تولد، تداوم شیردهی و مشکلات احتمالی	
					۱-برقراری ارتباط مطلوب با مددجو	تنظیم خانواده
					۲-تشکیل پرونده برای مددجو	
					۳-انجام مراقبتهای روتین(اندازه گیری وزن و فشارخون و	
					۴-مشاوره جهت انتخاب یک روش مطمئن پیشگیری از بارداری	
					۵-آموزش نحوه ی استفاده از قرص های پیشگیری از بارداری	
					۶-آموزش استفاده از آمپولهای تزریقی پیشگیری از بارداری	
					۷-آموزش استفاده از IUD	
					۸-آموزش انجام توپکتومی و وازکتومی	
					۹-آموزش نحوه ی استفاده از کاندوم	
					۱۰-آموزش نحوه ی انجام خودآزمایی پستان	

کیفیت	نحوه ی انجام کار				فعالیت های کارآموزی	
	ناید مربی + کیفیت کار	رخ نداد	مشاهده	کمک		
					۱۱-آموزش اهمیت انجام پاپ اسمیر و آمادگی های لازم	تنظیم خانواده
					۱۲-آموزش عوارض احتمالی روش های پیشگیری از بارداری	
					۱۳-ارجاع موارد مشکل دار	
					۱-شناسایی ویژگی های جغرافیایی و زیست محیطی و تهیه کروکی مرکز بهداشت	بهداشت محیط
					۲-ارزیابی شاخص های بهداشت محیط(آب-زباله-فاضلاب)	
					۳-ارزیابی وضعیت بهداشتی اماکن عمومی و مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی	
					۴-ارزیابی و تحلیل مشکلات بهداشت محیط تحت پوشش مرکز بهداشتی	
					۵-ارائه راهکارهای پیشنهادی برای بهبود وضعیت بهداشت محیط	
					۱-بررسی وضعیت محیط کار از نظر تهویه، گرما و سرما	بهداشت حرفه ای
					۲-شناسایی مشکلات و مخاطرات حرفه ای	
					۳-بررسی رعایت موازین بهداشتی در خط تولید	

کیفیت	نحوه ی انجام کار				فعالیت های کار آموزشی
	رخ نداد	مشاهده	کمک	مستقل	
ناید مربی + کیفیت کار					۴- ارائه تدابیر لازم جهت حل مشکلات
					۵- ارائه گزارش کتبی بازدید از کارخانه
					بهداشت مدارس ۱- بررسی ساختمان مدرسه از نظر: مناسب بودن محل مدرسه، وضعیت تهویه و نورگیری، سیستم گرمایش و سرمایشی، وضعیت کف و سقف و دیوارهای کلاس و تابلو و میز و صندلی های کلاس
					۲- بهداشت محیط مدرسه از نظر: نظافت عمومی، آب آشامیدنی، وضعیت و تعداد توالت ها، وضعیت دفع زباله و فاضلاب و وضعیت بوفه مدرسه
					۳- بررسی وضعیت سلامت دانش آموزان و انجام معاینات دوره ای دانش آموزان
					۴- آموزش بهداشت در مدرسه و تهیه رسانه آموزشی
					بازدید منزل ۱- بررسی و شناخت خانواده های آسیب پذیر
					۲- تشخیص و فهرست مشکلات خانواده
					۳- اولویت گذاری مشکلات و برنامه ریزی برای مهمترین آنها
					۴- اجرای برنامه مراقبتی در حد امکانات
					۵- گزارش موارد نیاز به پیگیری جهت بازدیدهای بعدی

جدول ۴: فعالیت های کارآموزی در واحد آموزش به بیمار

کیفیت	نحوه ی انجام کار			فعالیت های کارآموزی
	رخ نداد	گاهی اوقات	همیشه	
تایید مربی + کیفیت کار	۰	۲/۵	۵	
				۱- برقراری ارتباط مناسب با پرسنل و بیماران
				۲- شناسایی نیاز آموزشی بیماران به بهترین شکل ممکن
				۳- توجه به محدودیت های جسمی و روانی مددجو در طی فرآیند آموزش
				۴- استفاده از رسانه آموزشی مناسب برای هر بیمار
				۵- استفاده از شیوه یادگیری که مددجو ترجیح می دهد.
				۶- انتخاب مطالب آموزشی بر اساس سطح سواد اکثریت بیماران مورد نظر
				۷- تسلط کامل بر محتوای آموزشی مورد نظر
				۸- طراحی محتوای آموزشی از مطالب ساده به پیچیده
				۹- در اختیار بیماران قرار دادن پمفلت یا سایر رسانه های آموزشی جهت عدم فراموشی مطالب آموزشی
				۱۰- فعال نگه داشتن بیماران در فرآیند آموزشی

کیفیت	نحوه ی انجام کار			فعالیت های کارآموزی
	رخ نداد	گاهی اوقات	همیشه	
نایید + مربی کیفیت کار				۱۱- توانایی پاسخگویی به اکثریت سوالات بیماران
				۱۲- ارائه مطالب آموزشی بر اساس رفرنس های معرفی شده و معتبر علمی
				۱۳- توجه به بعد فرهنگ در ارائه مطالب آموزشی
				۱۴- ارائه به موقع تکالیف و گزارش کار

دانشجو محترم

لطفا در صفحه بعد تمام فرآیند طی شده در مدت ۶ روز جهت آموزش به بیمار همراه با اسامی و مشخصات کامل بیماران آموزش دیده را به طور کامل بنویسید

پمفلت و CD آموزشی خود را همراه لاگ بوک به مربی مربوطه تحویل دهید

متشکرم.

گزارش کار نهایی از فرآیند آموزش به بیمار

جدول ۵: فعالیت های واحد بهداشت محیط

کیفیت	نحوه ی انجام کار				فعالیت های کارآموزی	بهداشت محیط
	تایید مربی + کیفیت کار	رخ نداد	مشاهده	کمک		
					۱- بازدید از بخش های مختلف بیمارستان شامل: آشپزخانه، انبار مواد غذایی و بخش های بستری و آزمایشگاه و CSR	
					۲- آشنایی با مراحل سیر زباله از تولید تا دفع نهایی	
					۳- آشنایی با ترسیم فرآیندهای جاری در بیمارستان	
					۴- تکمیل چک لیست مربوط به نظافت کلی بخش هایی که بازدید شده	
					۵- توانایی تکمیل فرم های آماری مربوط به بهداشت محیط بیمارستان	
					۶- همکاری در برنامه های آموزشی واحد بهداشت محیط و تهیه پمفلت	
					۷- آشنایی با کمیته کنترل عفونت و بهداشت محیط و ایمنی محیط کار	
					۸- آشنایی با مواد گندزدا و ضدعفونی کننده و کاربرد آنها در گندزدایی وسایل، تجهیزات و محیط	
					۹- آشنایی با عوامل و تهدیدات زیست محیطی و آلودگی صوتی	
					۱۰- آشنایی با نحوه ی تکمیل و بررسی پرونده های بهداشتی و معاینات دوره ای کارکنان	

کیفیت	نحوه ی انجام کار				فعالیت های کارآموزی	بهداشت محیط
	تأیید مری + کیفیت کار	رخ نداد	مشاهده	کمک		
					۱۱- توجه به مراحل و سطوح پیشگیری در بیمارستان	
					۱۲- آشنایی با سیستم های گرمایشی و سرمایشی و تهویه در بیمارستان	
					۱۳- آشنایی با سموم و روش های کنترل و مبارزه با حشرات وجوندگان	
					۱۳- آشنایی با پرتوهای یونیزان و حفاظت در برابر اشعه	
					۱۴- آشنایی با ضوابط پسماندهای پزشکی و مدیریت اجرایی آنها در مراکز درمانی	
					۱۵- آشنایی با عوامل محیطی موثر بر سلامتی انسان و محیط زیست شامل: آب، فاضلاب، صوت، نور، دما، رطوبت، مسکن	

دانشجو محترم

گزارش کار نهایی خود در واحد بهداشت محیط را تا یک هفته بعد از اتمام کارآموزی به مربی مربوطه تحویل

دهید.

متشکرم

جدول شماره ۶: ارزشیابی صلاحیت عمومی			
ضعیف ۰/۵	متوسط ۱	خوب ۲	موارد ارزشیابی عمومی
			آراستگی ظاهری (رعایت موازین اسلامی، یونیفرم مناسب، نصب اتیکت و بهداشت فردی)
			مسئولیت پذیری (در قبال بیمار، تکالیف محوله، مشارکت فعال)
			ارتباط صحیح و مناسب (مربی- پرسنل - بیمار و خانواده)
			رفتار و انتقاد پذیری (کنترل احساسات، انعطاف پذیری، پذیرش انتقادات، سعی در رفع اشکالات خود، پشتکار، صداقت)
			صرفه جویی و نگهداری وسایل

ثبت خاطرات و تجربیات بالینی

جدول ارزشیابی	نمره کل	نمره کسب شده
شماره ۱ و ۲: وقت شناسی	۱۴	
شماره ۳: مهارت‌های مراکز بهداشتی درمانی	۸۸	
شماره ۴: مهارت‌های واحد آموزش به بیمار	۶۵	
شماره ۵: مهارت‌های بهداشت محیط	۲۳	
تکمیل، نگهداری و تحویل به موقع <i>logbook</i>	۱۰	
نمره نهایی	۲۰۰	از ۲۰ نمره:

مدرس گرامی



در صورتیکه شرایط انجام هرکدام از مهارت‌ها برای دانشجو میسر نشده است، عنوان مهارت مذکور را در ذیل قید فرمایید: